

公益社団法人愛知県理学療法士会ワークライフサポート部 主催
座談会「ワークライフバランスについて語ろう」開催のご案内

今回は、仕事とプライベートの両立など、「ワークライフについて」座談会を開催します。

「仕事も大切、でも自分や家族も大切」「理想のワークライフバランスって何だろう」そう感じたことはありませんか？忙しさに追われる毎日の中で、立ち止まって考える機会は意外と少ないものかもしれません。

日々の暮らしや働き方について正解を探すのではなく、他の人の話を聞くことで、自分では気づかなかった新しい選択肢が見えてくるかもしれません。一緒にお話ししてみませんか？

【開催概要】

- ・ 日 時：2026 年 2 月 28 日（土）18:30～19:30
- ・ 場 所：Zoom によるオンライン開催
- ・ 対象者：愛知県内の施設にお勤めの理学療法士（会員・非会員問わず）
- ・ 定 員：50 名（先着順）
- ・ 参加費：無料

【座談会内容】

- ・ ワークライフのリアルについて

例えば・・・忙しいと感じる瞬間は？これをやめたら楽になったことは？周り比べてしんどくなったことは？

- ・ 小さな工夫や乗り越え方

例えば・・・自分なりの息抜き方法、助けを求めてよかったこと、これだけは守っているマイルールなど

- ・ 価値観に触れてみよう

例えば・・・今の自分にとって大切にしたい時間は？これから少し増やしたいものや減らしたいものは？

- ・ 自分を肯定して帰りましょう！

【申込方法】

公益社団法人愛知県理学療法士会ホームページ（<https://aichi-pt.jp/>）のトップページ右上の「行事・研修お申し込みはこちら」からお申し込みください。



（右記二次元コードからもアクセス可能）

※本座談会では日本理学療法士協会 生涯学習制度のポイント・点数の付与はございません※

【申込締切】

2026 年 2 月 23 日（月祝）

【参加方法等の案内について】

申込締切後に申し込まれたアドレス宛に参加方法等のご案内を事務局より送信いたします。

※申込締切後のメールが届かない場合は 2 月 26 日(木)までに下記事務局にご連絡ください。

▶迷惑メールフォルダに振り分けされている可能性もございますので問い合わせ前に必ずご確認ください。

▶事務局開局時間外(開催日当日を含む)の問い合わせには対応できませんので恐れ入りますが予めご了承ください。

たくさんの方々のご参加を心よりお待ちしております。

【問い合わせ先】公益社団法人愛知県理学療法士会事務局（info@aichi-pt.jp）

※開局時間：9:00～17:00（土・日・祝を除く）